



Ortho Doc[®]
MEINE NÄHRSTOFFE

Zink

Nahrungsergänzungsmittel
mit Zink



vegan

glutenfrei

laktosefrei

fructosefrei

Zink:

- ✓ trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- ✓ trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- ✓ trägt zur Erhaltung normaler Knochen, Haut, Haare und Nägel bei
- ✓ trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Kohlenhydraten, Fettsäuren und Eiweißen bei

Zusammensetzung	pro 1 Kapsel	% NRV*
Zink	15 mg	150

* Referenzwerte für die tägliche Nährstoffzufuhr

Verzehrempfehlung:

Erwachsene verzehren 1x täglich 1 Kapsel mit etwas Flüssigkeit. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Ein Nahrungsergänzungsmittel dient nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eines gesunden Lebensstils. Außer Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Zutaten: Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Zinkgluconat; Hydroxypropylmethylcellulose.

90 Kapseln zur Nahrungsergänzung = 31 g

PZN 02224548

Preis: 14,95 €

Kyberg Vital GmbH, Keltnering 8, D-82041 Oberhaching,
www.kyberg-vital.de, info@kyberg-vital.de



Zink

Nahrungsergänzungsmittel
mit Zink

Ortho Doc[®]
MEINE NÄHRSTOFFE

Zink - Ein lebenswichtiges Spurenelement

Damit die Enzyme in unserem Körper ihre Arbeit vollständig leisten können, sind sie auf die Mithilfe von Nährstoffen angewiesen, die als Cofaktoren bezeichnet werden. Einer dieser wichtigen Cofaktoren ist das Spurenelement Zink, das an der Aktivität von über 300 Enzymen beteiligt ist und deshalb auch zu den essentiellen Nährstoffen gezählt wird. Diese sind lebensnotwendig und müssen regelmäßig über die Nahrung zugeführt werden, um einem Mangel vorzubeugen.

So kommt es, dass Zink, neben seiner allseits bekannten Rolle für die Immunabwehr durch zinkabhängige Immunreaktionen, auch Einfluss nimmt auf zahlreiche weitere physiologische Funktionen.



Dazu zählt vor allem die Beteiligung am Stoffwechsel von Makronährstoffen aus der Nahrung, wie Kohlenhydraten, Fetten und Proteinen, die dem Körper Energielieferanten und Bausteine für den Aufbau von körpereigenen Stoffen und Strukturen zur Verfügung stellen. Der regulierende Effekt von Zink auf den Säure-Basenhaushalt wirkt sich zudem positiv auf den Stoffwechsel aus.

Oxidativer Stress entsteht sowohl durch natürliche körpereigene Prozesse, wird aber auch durch äußere Einflüsse wie Stress, UV-Strahlung und Umweltfaktoren getriggert. Die antioxidativen Eigenschaften des Zinks schützen die Zellen dabei vor Schäden durch diese Radikale.

Zudem kann Zink die Fruchtbarkeit beeinflussen, indem es den Testosteronspiegel reguliert und an der Zellteilung und DNA - Synthese beteiligt ist.

Besser bekannt ist wieder seine positive Wirkung auf Haut, Haare und Nägel und so findet sich Zink häufig in Nahrungsergänzungsmitteln, die deren Aufbau unterstützen.



Gute Zinklieferanten sind z.B. Rind- und Schweinefleisch, Käse, Milch, Eier, Nüsse (v.a. Cashew- und Pekannüsse), aber auch Weizen- oder Roggenkeimlinge. Allerdings kann die Zinkaufnahme aus der Nahrung durch enthaltendes Phytat eingeschränkt sein, das vor allem in Hülsenfrüchten und Vollkorngetreide vorkommt. Es bindet das Zink im Magen-Darm-Trakt und bildet unlösliche Komplexe, sodass die Aufnahme nicht mehr möglich ist. Auch bei Darmentzündungen kann die Zinkresorption beeinträchtigt sein.

Eine ergänzende Zufuhr von Zink kann folglich durchaus sinnvoll sein, nicht nur aufgrund seiner Funktion für ein normales Immunsystems.